



Юліана Юріївна Савченко,
молодший науковий співробітник
сектора «Соціалізація обдарованої дитини»
відділу проектування розвитку обдарованості
Інституту обдарованої дитини НАПН України,
м. Київ, Україна

УДК 37.015.31

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

В статье рассматриваются вопросы развития эмоционального интеллекта учащихся начальной школы, как важнейшая составляющая формирования личности.

Ключевые слова: интеллект, логический интеллект (IQ), эмоциональный интеллект (EQ), эмоциональная компетентность, эмоции, младший школьный возраст.

The article examines the development of emotional intelligence of elementary school students as an important component of identity formation.

Key words: intelligence, logical intelligence (IQ), emotional intelligence (EQ), emotional competence, emotions, elementary school age.

Складність і багатогранність функціонування сучасного суспільства, як динамічного соціального організму, зростання його системних змін зумовлюють потребу розвитку потенціалу емоційного інтелекту людини для ефективної соціальної адаптації та успішної самореалізації. Такі обставини підвищують науково-психологічний інтерес до цієї проблеми.

Емоційний інтелект є однією з головних складових у досягненні успіху в житті та відчуття щастя. Якщо упродовж XX ст. для дипломатії, науки та навчальних закладів важливим був логічний інтелект, то у XXI ст. коли процес глобалізації охопив усі сфери життя, актуальним став емоційний інтелект і пов'язані з ним форми практичного і творчого інтелекту.

Для розв'язання емоційних і психологічних питань необхідна, на думку багатьох дослідників (І. Андрєєва, Х. Вайсбах, У. Дакс, Є. Носенко, Н. Ковриги, А. Чеботар, Є. Яковлевої та ін.), цілеспрямована діяльність з розвитку емоційної мудрості, тієї здатності, що у сучасних дослідженнях називається *емоційним інтелектом*.

Актуальність проблеми розвитку емоційного інтелекту досить чітко описана вченими Є. Носенко та Н. Ковригою [4] в теоретичному, соціальному та педагогічному аспектах. Вони зазначають, що:

- у теоретичному контексті ця проблема недостатньо розроблена як зарубіжними, так і вітчизняними вченими, що є наслідком недостатньої уваги до вивчення глибинних джерел, особливостей

детермінації та форм вираження й перебігу емоційних виявів особистості;

- у соціальному контексті недостатня розробленість цієї проблеми загрожує тому, що людська цивілізація може розпочати саморуйнування, якщо емоції надалі протиставлятимуться розуму, вважатимуться неконтрольованими й нерегульованими;

- у педагогічному контексті досі не розроблено наукові підходи до цілеспрямованого формування у процесі навчання та виховання емоційної розумності суб'єктів навчання на основі експериментального вивчення особливостей перебігу емоційних процесів, станів та стійких властивостей особистості.

Необхідно зазначити, що проблема вивчення поняття «емоційний інтелект» стає більш популярною у науковому та педагогічному середовищах, хоча в науці ще не існує його чіткого й однозначного визначення. Різні аспекти його тлумачення мали місце в усі часи під час вивчення проблеми емоційної культури людини, суспільства.

Термін «емоційний інтелект» почали використовувати на початку 1990-х років. Американські психологи Джон Мейер (John Mayer) та Пітер Саловей (Peter Salovey) почали використовувати його для сукупності позначень ступеня розвитку таких людських якостей, як: самосвідомість, самоконтроль, мотивація, вміння ставити себе на місце інших людей, навички спілкування з оточуючими, вміння налагоджувати



взаєморозуміння. Цей термін об'єднав уміння людей розбиратися у власних думках, почуттях та контролювати власні емоції.

Згідно з описом, який запропонували Дж. Мейер та П. Саловей виділяють чотири складові емоційного інтелекту.

- *Точність оцінки і вираження емоцій.* Важливо розуміти емоції (власні та оточуючих), пов'язані як з внутрішніми змінами, так і зовнішніми подіями. Це здатність визначати емоції за думками, фізичним станом, зовнішнім виглядом та поведінкою, тобто, здатність точно виражати емоції і пов'язані з ними потреби.

- *Використання емоцій в розумовій діяльності.* Те, як і про що ми думаємо, залежить від того, як ми відчуваємося. Емоції впливають на розумовий процес і готують нас до певних дій. Така здатність допомагає зрозуміти, як використовувати емоції і думати більш ефективно. Керуючи власними емоціями, людина може дивитися на світ під різними кутами і розв'язувати проблеми більш ефективно.

- *Розуміння емоцій.* Це означає, що людина уміє визначати джерело емоцій, класифікувати їх, розпізнавати зв'язок між емоціями і словами, інтерпретувати значення емоцій, розуміти складні почуття, переходить між емоціями та їх подальшим розвитком.

- *Управління емоціями.* Як зазначалося вище, емоції впливають на мислення, тому їх необхідно враховувати під час розв'язання завдань, прийняття рішень, а також вибору власної поведінки. Вміння керувати власними і чужими емоціями дозволяє використовувати інформацію (яку надають емоції), а також викликати або усувати їх.

Вихідна теорія Дж. Мейєра та П. Саловея пов'язує емоційний інтелект з особистісними факторами – теплою і чуйністю. Разом з тим учені довели, що персональні фактори відмінні від рівня емоційного інтелекту. Учені вважають, що емоційний інтелект, як здатність усвідомлювати смисл емоцій і використовувати ці знання, щоб виявити причини виникнення проблем і розв'язати їх. Дж. Мейєр та П. Саловей вважають, що емоційний інтелект зумовлює наявність різних здібностей, задіяних в адаптивному опрацюванні емоційної інформації. Було запропоновано декілька механізмів, що передбачають його зв'язок з розумовими здібностями. По-перше, емоції пов'язані з процесом мислення – певні емоції можуть підвищувати продуктивність процесу мислення і спрямовувати увагу на конкретні завдання. По-друге, ефективне регулювання емоцій можна співвіднести з такими здібностями, як співпереживання і відвертість. По-третє, дослідження з алексетимії (нездатність оцінювати і вербально виражати емоції) дають підстави вважати, що може не існувати взаємозв'язку між центрами мозку, які забезпечують єдність мислення та емоцій [2].

Активним популяризатором емоційного інтелекту (EQ) вважається Д. Гоулмен, американський журналіст і психолог, який у праці «Emotional Intelligence» на матеріалах психологічних досліджень та опитувань довів, що успіх в житті залежить не стільки від

логічного інтелекту IQ, скільки від здібностей керувати своїми емоціями EQ. На думку вченого, не існує міцного зв'язку між IQ та успішністю в житті.

Цей успіх пов'язано з рівнем розвитку емоційного інтелекту. Отже, можна по-новому визначати, що означає «бути розумним», враховуючи, що EQ є провісником успіху.

У вітчизняній психології XX ст. дослідження інтелекту розвивалися в декількох напрямках:

- вивчення психофізіологічних задатків загальних розумових здібностей (Є. Голубєва, В. Небиліцин, В. Русалов, Б. Теплов);

- вивчення емоційної та мотиваційної регуляції інтелектуальної діяльності (О. Тихоміров);

- вивчення когнітивних стилів (М. Холодна), як «здатності діяти в розумі» (Я. Пономарьов).

Серед західних вчених, які розробляли концепції емоційного інтелекту, були Д. Гоулман, П. Саловей, Дж. Мейєр, Д. Карузо, Г. Гарднер, Р. Бар-Он, С. Хейн, Р. Купер, А. Саваф, Х. Вайсбах, У. Дакс, К. Кеннон та ін.

В Україні також з'явилися дослідження з проблеми концептуалізації феномена, його функцій (Є. Носенко), вивчення EQ як детермінанта внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк) та показника цілісного її розвитку (О. Філатова).

В останні роки розвиваються такі нові напрями дослідження, як особливості «імпліцитних» теорій інтелекту (Р. Стернберг), регуляторні структури (А. Піаже), зв'язок інтелекту і креативності (Є. Торренс). Їхні дослідження однозначно підтверджують, що успіх значною мірою залежить від розумного володіння емоціями або EQ. Саме ним визначається характер і рівень сприйняття людиною світу, подій, окремих людей, а також реакція на все довкола, яка впливає на ефективність дій. Не дивлячись на те, що, як і кожна особливість людини, емоційний інтелект, певною мірою, передбачений генетично і основа для повного використання цього потенціалу закладається в дитинстві, значна кількість необхідних здібностей, якостей людини *може бути розвинена*. На відміну від IQ, емоційний інтелект розвивається упродовж життя. Більше того, при свідомому напрямку зусиль на розвиток, він піддається цілеспрямованому тренуванню і тут відіграє значну роль соціальне середовище.

Як зазначає доктор педагогічних наук Л. Буркова [1] факти впливу на розвиток EQ людини має таке співвідношення:

- генотип батьків (40 %);
- виховання в сім'ї (10 %);
- соціальне середовище (50 %).

Особливої важливості розвиток EQ починає набувати у *шкільному віці*, оскільки у цей період відбувається активне емоційне відношення особистості до себе та інших. Навчальна діяльність сприяє вдосконаленню самосвідомості, здатності до рефлексії й децентралізації (вміння поставити себе на місце однокласника чи вчителя, врахувати їхні потреби та почуття). Шкільний період життя дітей відрізняється значною чутливістю і гнучкістю психічних процесів, а



також глибоким інтересом до внутрішнього світу (молодший шкільний вік, підлітковий вік, юнацький вік).

Молодий шкільний вік – більш сприятливий період розвитку емоційної сфери, культури почуттів особистості. Одночасно зі загальним розумовим розвитком учнів молодшого шкільного віку вдосконалюється діяльність їх аналізаторного апарату. Розвинений «апарат відчуттів» надає учням можливість пізнавати множинність властивостей предметів, явищ природи, продуктів/продукції людської діяльності, сприяє тому, що діти стають більш чутливими до гармонійних і дисгармонійних сполучень кольорів, звуків, рухів тощо. Підвищена чутливість, тобто, сенситивність молодших учнів, зумовлена художнім типом їх особистості, для якої характерні: схильність до естетичної та художньої діяльності; вразливість, емоційність, образність сприймання, тобто, якості, властиві діячам мистецтв і талановитим читачам, глядачам, слухачам музики. Зростає й рівень естетичних переживань дітей, збагачуються їхні почуття, підвищується загальна культура. Сенсорна відкритість, емоційна чутливість, особлива сприйнятливність молодших учнів до мистецтва стають основою розвитку у них спостережливості, естетичних почуттів, що є необхідним для виховання емоційної культури.

Процес розвитку емоційного інтелекту має особливості, проте основні його структурні елементи починають розвиватись у молодшому шкільному віці та не зникають, а вдосконалюються впродовж шкільного навчання, тому на час закінчення навчання молода людина має можливість досягти такого рівня розвитку, у т. ч. й розвитку емоційного інтелекту, щоб у дорослому житті успішно продовжувати навчання, організовувати позитивне спілкування з новими людьми в нових соціальних умовах, залучатись у соціальні зв'язки під час практичної діяльності [3].

Психолог В. Юркевич висловлює парадокс: емоційний інтелект піддається розвитку і спрямованому навчанню в більшій мірі, ніж абстрактно-логічний емоційного інтелекту є 3 роки, проте існують дані, що значні зміни можуть відбуватись до 20 років [5].

Розвивати емоційний інтелект в молодшому шкільному віці необхідно починати з основних емоцій і поступово переходити на їх відтінки:

- читання книг з аналізом настрою і почуттів персонажів;
- різні види театрів;
- ігрові вправи «Вгадай настрій»;
- ситуації з життя дітей;
- демонстрація фотографій, малюнків осіб з основними емоціями і пізніше з відтінками емоцій;
- малювання «власного настрою», а також близьких, друзів та аналіз причин настрою;
- естетичне сприйняття світу.

Цілісне сприйняття світу відбувається лише тоді, коли дитина не тільки аналізує події, а й ставиться до них емоційно. Вчитель та шкільний психолог мають це знати та враховувати, що:

- емоційно значущі для дитини ситуації спонукають її до самовираження;

- емоції створюють «платформу» на якій випи-суються нові знання;
- емоційно забарвлені знання мотивують дитину до дальшого пізнання, вивчення, дослідження;
- освіта, що задіює емоційну сферу людини, сприяє розвитку ціннісного ставлення до знань, світу, інших людей.

Згасання емоцій рівносильне втраті щастя, оскільки лише розвинена емоційна сфера є джерелом радості. Дорослі повинні намагатись в усьому, що нас оточує, бачити позитивні сторони, робити оптимістичні висновки і прививати це учням. Це важливо, тому що розвиток емоцій залежить від нашого сприйняття оточуючого світу.

Особливість психології дитини молодшого шкільного віку полягає в тому, що він ще мало усвідомлює власні переживання і не завжди здатна зрозуміти причини, що їх викликають. На труднощі у навчальному закладі дитина частіше відповідає емоційними реакціями – гнівом, страхом, образою. Багато дітей у цей час потребують підтримки і допомоги дорослих, тому важливо, щоб батьки і вчителі разом з психологом розуміли її проблеми, переживання. Тільки тоді вони зможуть надати дитині ефективну допомогу.

Щоб молодший учень міг свідомо регулювати поведінку, потрібно навчити його адекватно виражати почуття, знаходити конструктивні способи виходу зі складних ситуацій.

У молодшому шкільному віці у дітей особливо активно відбувається формування доволності, внутрішнього плану дій, розвивається здатність до рефлексії. На цьому етапі дитина може успішно опановувати засобами і способами аналізу поведінки власної та інших людей.

Тому й постають питання у вчителів, батьків, психологів, як розвивати емоційну сферу учня, його емоційний інтелект? Як допомогти дитині знайти правильну дорогу в шкільному житті? Зазвичай дорослі спрямовують зусилля лише на тренування у дітей різних навчальних умінь. Вони забувають, що дитина під час навчання не лише читає, пише і рахує, але й розмірковує, хвилюється, переживає, оцінює себе та друзів. Тому допомагати їй потрібно в розумінні самої себе і місця у колективі, власну значущість у взаємодії з учнями і вчителями. Дорослий повинен допомагати дитині в пошуку власних ресурсів, ствердженні віри в себе, своїх можливостей і сил для подолання навчальних труднощів. Тоді дитина у ЗНЗ буде пізнавати не тільки зовнішній світ, але й себе. У цій гармонії шкільне навчання буде успішним і радісним початком широкого та успішного життєвого шляху. Чому часто далеко не найрозумніші люди досягають вершин успіху, а деякі – майже генії стають жебраками? Успіх людини залежить від її емоційного інтелекту.

Яскравий приклад, який наводять для ілюстрації важливості EQ стосується саме шкільного життя. Згадайте – учителі завжди пророкували велике майбутнє відмінникам, які виборювали перші місця на олімпіадах, і наголошували на «пропащості» трієчників та



двієчників, які «ніколи нічого не зможуть досягнути у цьому житті». Проте через десятки років на зустрічі випускників ви можете побачити зовсім іншу картину. Жодної закономірності немає. Частина відмінників так і не зуміла досягти жодних значних результатів у житті, тоді як деякі двієчники мають власні компанії, працюють на топових посадах, знайшли своє життєве призначення у мистецтві, політиці чи стали відомими спортсменами, мають щасливу сім'ю.

IQ також відіграє роль на шляху до успіху, вказуючи на наші знання, уміння та навички. Проте його роль порівняно невелика, коли йдеться про EQ – здатність прокладати шлях до бажаної мети. Емоційний інтелект охоплює вміння контролювати власні емоції та використовувати інтуїцію, комунікабельність, стійкість та спокій у стресових ситуаціях.

Предметом особливої уваги психологів, вчителів і вихователів повинні бути такі *поняття*, як: «емоційна обдарованість», «емоційний баланс», «емоційний стиль», «емоційна свобода», «емоційна зрілість». Вони повинні знати і враховувати, що:

- емоційно значущі для дитини ситуації спонукають до самовираження;
- емоції створюють «платформу», на якій випливають нові знання;
- емоційно забарвлені знання мотивують дитину до подальшого пізнання, вивчення, дослідження.

Викликає хвилювання проблема емоційної компетентності у зв'язку з розвитком та навчанням обдарованих дітей. Проблеми емоційного інтелекту є основною причиною труднощів обдарованих дітей у спілкуванні та пізнавальній діяльності: яскраво виражена інфантильність цих дітей в емоційному плані; занижена цікавість до творчої діяльності; труднощі спілкування з однолітками. Приблизно 5 % академічно обдарованих дітей [5], реалізують власний талант накопичувати знання за відповідних досягнень.

Для розвитку емоційної компетентності, керування емоціями важливо вдосконалювати процеси сприйняття і емоційну оцінку дійсності. Основний спосіб розвитку емоційного інтелекту полягає в стимулюванні фантазії та уяви дитини, використанні сюжетно-рольових ігор, як основного засобу розвитку EQ. Психологи стверджують, що не можна пропускати ігрову стадію розвитку дитини, де формуються основи розвитку EQ.

В освітньому процесі потрібно підтримувати певний емоційний баланс. Позитивне емоційне забарвлення – потужний мотиваційний фактор навчальної діяльності. Цю проблему можна розв'язувати за допомогою «очікуваної радості» (наближення свята, екскурсії або іншої події). Їх має бути така кількість, щоб горизонт дитячої свідомості завжди був зацікавленим.

Учитель та учень матимуть проблеми зі взаєморозумінням, якщо емоції дітей будуть заборонятись («Припиніть сміятись...»), витіснятись («Мені все одно...»), відчужуватись («Хлопчики не бояться...»), накладати табу на їх виявлення («Не показуй іншим, який ти...»). Відкрите спілкування ґрунтується на

емоційній свободі, що дозволяє бути самим собою, бути природним і справжнім у стосунках.

Емоції завжди існують, ми завжди щось відчуваємо. Та у навчальному закладі часто можна почути: «Будь спокійним і серйозним! Будь раціональним!» і не схвалюють емоційності. Зазвичай сфера людських почуттів залишається поза колом педагогічних інтересів, але ж завдяки існуванню емоційного інтелекту людина відрізняється від сучасного комп'ютера зі штучним інтелектом.

Соціологи стверджують, що перебуваючи під постійним тиском учителів і батьків, дитина переживає стрес, стає дратівливою. Постійні стреси призводять до емоційної інтоксикації. Що ж робити, щоб уникнути цього? Рекомендовано контролювати рівень фізичних та емоційних навантажень, прагнути зменшити стресові фактори, що породжують негативні емоції, вчити усіх учасників навчально-виховного керувати власними емоціями.

Розвиток обдарованої дитини тісно пов'язаний з особливостями світу її почуттями та переживаннями. Емоції, з одного боку, є «індикатором» стану дитини, з іншого – істотно впливають на її пізнавальні процеси і поведінку, визначаючи спрямованість її уваги, особливості сприйняття навколишнього світу, логіку суджень.

Обдаровані діти часто перебувають у «полоні емоцій», оскільки не можуть керувати почуттями. Це може призводити до імпульсивності поведінки, ускладнень у спілкуванні з однолітками і дорослими.

У таких дітей також виникають проблеми з регламентацією навчального процесу. Будь-яка регламентація залишає негативний відбиток у свідомості учнів, які володіють високим рівнем мотивації, прагненням до досягнень і високим творчим потенціалом.

Форми протесту таких учнів підвищують їхній авторитет серед однолітків, особливо в підлітковому віці. Проте стати дійсно «своїми» їм заважають певні риси характеру (тривожність, похмурість, агресивність, депресивність, одержимість), захопленість будь-чим, що не викликає зацікавленості в оточуючих.

У ситуаціях освітньої взаємодії зі вчителями учні з ознаками обдарованості можуть пригнічувати, маскувати, приховувати свою тривогу, роздратування, агресію, різкі зміни настрою. Або висловлювати їх якісно відмінним способом, тобто, по-іншому, ніж їхні однолітки, які знаходяться в аналогічних ситуаціях та освітніх умовах.

При поясненні цього феномена вчителі загальноосвітніх навчальних закладів не помічають ознак емоційного неблагополуччя цієї групи учнів, а, отже, виявляються нездатними надати їм необхідну допомогу і підтримку.

Отже, *емоційний інтелект* – це важлива складова розвитку особистості, яку можна розвивати. Процес розвитку емоційного інтелекту має особливості, проте основні структурні елементи емоційного інтелекту починають розвиватися у молодшому шкільному віці і з віком не зникають, а вдосконалюються упродовж періоду навчання.

Таким чином, ефективність діяльності з розвитку емоційного інтелекту молодших учнів, залежить від створення психологічних умов у загальноосвітніх навчальних закладах методичного забезпечення та усвідомлення фахівцями необхідності цієї професійної діяльності..

Використані літературні джерела

1. Буркова Л. В. Соціономічні професії: інноваційна підготовка спеціалістів у вищих навчальних закладах: монографія [Текст] / Л. В. Буркова. – К.: Інформаційні системи, 2010. – 278 с. – Бібліогр.: С. 260–277.

2. Гоулман Д., Бояцис Р., Энни Макки Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта [Текст] /

Д. Гоулман, Р. Бояцис, Энни Макки. – М., Альбина Бизнес Букс, 2005. – 21 с.

3. Компетентнісно спрямована освіта: перший досвід, порівняльні підходи, перспективи: матер. [Текст] / В. В. Зарицька // Розвиток емоційного інтелекту в контексті компетентнісно спрямованої освіти; Всеукр. наук.-практ. конф. (28 квітня 2011 року). – К.: Київ. Ін-т сучасн. підр., 2011. – 92 с.

4. Носенко Е. Л., Коврига Н. В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія [Текст] / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. – К.: Вища школа, 2003. – С. 6–7, 23.

5. Юркевич В. Проблема розвитку емоційного інтелекту [Текст] / В. Юркевич // Вестник практической психологии. – № 3. – 2005.

